

## Soetra over het Dharmazegel

Aldus heb ik gehoord van de Boeddha, in de tijd dat de Heer met zijn gemeenschap van monniken verbleef in Vaishali. Op een dag vertelde hij de gemeenschap, “Kennen jullie het prachtige Dharmazegel? Vandaag wil ik jullie er graag over vertellen en het aan jullie uitleggen. Gebruik alsjeblieft je zuivere geest om te luisteren en de lering met aandacht te ontvangen, en doe je best om hem te onthouden en te beoefenen.” De gemeenschap van monniken antwoordde: “Prachtig, Alom-Geëerde! Alstublieft, onderwijs ons. We zullen aandachtig luisteren.”

De Boeddha sprak. “Leegte is noch zijn, noch niet-zijn. Hij is vrij van alle onjuiste denkbeelden. Hij wordt niet gemaakt, noch vernietigd, en hij kan niet worden gegrepen in denkbeelden. Waarom is dit zo? Omdat leegheid niet in ruimte geplaatst kan worden. Hij heeft geen vorm. Hij is geen object van waarneming. Hij is nooit geboren en het verstand kan hem niet grijpen. Omdat hij niet kan worden gegrepen, omvat hij alle dharma’s en verblijft hij in niet-beredenerende, niet-onderscheidende wijsheid. Dat is het enige ware en juiste inzicht, monniken! Weet dat niet alleen leegte, maar alle dharma's zo zijn. Dat is het Dharmazegel.

“Het Dharmazegel wordt ook wel de Drie Deuren van Bevrijding genoemd. Het is de basisleer van alle Boeddha’s, het oog van alle Boeddha’s, de bestemming van alle Boeddha’s. Luister en ontvang het met aandacht. Onthoud het goed en beoefen het precies in het hart van de werkelijkheid.

“Monniken, vind een stille plek om te mediteren, bijvoorbeeld in het bos onder een boom. Daar kun je zien dat vorm pijnlijk is, leeg, vergankelijk, en als gevolg, zal je niet gehecht zijn aan vorm. Je zult het niet-onderscheidende begrip van vorm bereiken. Doe dan hetzelfde met gevoelens, waarnemingen, mentale formaties en bewustzijn. Zie dat ze pijnlijk zijn, leeg, vergankelijk, en overwin onjuiste denkbeelden over hen. Verwezenlijk het niet-onderscheidende begrip van gevoelens, waarnemingen, mentale formaties en bewustzijn.

Monniken, de Vijf Samenstellingen zijn leeg. Ze worden geproduceerd door de geest. Als de geest stopt op de normale manier te werken, stoppen de Samenstellingen ook. Wanneer je dit ziet, word je bevrijd, vrij van alle denkbeelden. Dat is Leegte, de Eerste Deur van Bevrijding.

“Monniken, als je verblijft in concentratie, zie je het oplossen van vorm, en ben je vrij van het bedrieglijke karakter van waarneming in relatie tot vorm. Zie je ook het oplossen van geluid, geur, smaak, tastzin, en mentale formaties, en ben je vrij van het bedrieglijke karakter van waarneming in relatie tot geluid, geur, smaak, tastzin, en mentale formaties. Deze meditatie wordt Geen-Teken genoemd, de Tweede Deur van Bevrijding. Als je deze deur eenmaal bent binnengegaan, zal je kennis zuiver zijn. Vanwege deze zuiverheid van inzicht, zullen de drie bezoedelende kwaliteiten van de geest – begeerte, haat en misvattingen – uitgewist worden. Als deze uitgewist zijn, zal je verblijven in het rijk

van de niet-beredenerende, niet-onderscheidende kennis. Als je in deze kennis verblijft zullen denkbeelden over 'mij en mijn', en dus alle denkbeelden, niet langer de grondslagen en gelegenheden hebben om te ontstaan.

“Monniken, als je eenmaal vrij bent van het denkbeeld 'ik ben', beschouw je niet langer datgene wat je ziet, hoort, voelt, en waarneemt als werkelijkheden onafhankelijk van je eigen bewustzijn. Waarom? Omdat je weet dat ook het bewustzijn ontstaat uit omstandigheden en vergankelijk is. Vanwege zijn vergankelijke natuur, kan het ook niet worden gegrepen. Deze meditatie wordt Geen-Streven genoemd, de Derde Deur van Bevrijding. Als je deze deur eenmaal binnengaat, ervaar je de ware natuur van alle dharma's volledig, en je klampt je niet langer vast aan een dharma omdat je de ongeconditioneerde natuur van alle dharmas gezien hebt.”

De Boedha zei tegen de gemeenschap van monniken, “Dit is het prachtige Dharmazegel, de Drie Deuren van Bevrijding. Als je deze bestudeert en beoefent, zul je zeker zuivere kennis bereiken.”

De monniken waren erg gelukkig om de leer van de Alom-Geëerde te horen. Ze betuigden hem respect en beloofden dit prachtige onderricht te bestuderen en in de praktijk te brengen.

*Taisho Gereviseerde Tripitaka 104*

*Voor commentaar, zie Thich Nhat Hanh, Het Hart van Boeddha's Leer, Gottmer Uitgevers Groep, 1999*